

**PENGARUH KONTROL DIRI PADA KREATIVITAS REMAJA PECANDU
GAME ONLINE**

NASKAH PUBLIKASI

Disusun oleh:
ERPIN SAPUTRA
1710801014

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui Untuk Dipublikasikan

Program Studi Psikologi
Fakultas Ekonomi, Ilmu Sosial, dan Humaniora
di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Oleh:

Pembimbing : **RATNA YUNITA SETIYANI S, S.PSI, M.PSI**
12 November 2021 18:28:21



PENGARUH KONTROL DIRI PADA KREATIVITAS REMAJA PECANDU GAME ONLINE

Erfin Saputra

Prodi psikologi universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Ratna Yunita Setiyani S

Prodi psikologi universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

ABSTRACT

In this era of technological advancement, teenagers are required to always be able to control themselves in various aspects of their lives. Undirected self-control often results in things that are not right, one of which is addiction to online games. Based on this, it takes the ability from within the individual to regulate and control their behavior in playing online games in order to achieve high adolescent creativity. The purpose of this study is to determine whether there is an effect of self-control on the creativity of online game addicts. The author used quantitative method through correlational approach. From the results of the product moment analysis, a p value of 0.000 ($p < 0.05$) was obtained with a correlation coefficient of 0.637 which indicated a high closeness of relationship. From this study, it can be concluded that there is a positive relationship between self-control and the creativity of online game addicts. The higher intensity of self-control, the higher the tendency of youth creativity is. Subjects are expected to be able to take advantage of playing online games wisely in order to create high creativity.

Keywords: Self-Control, Creativity, Adolescent, Teenagers, Online Game.

ABSTRAK

Remaja saat ini sangat perlu diperhatikan dalam kehidupan sehari-hari yang mana adanya perkembangan teknologi sekarang. Oleh sebab itu tak jarang banyak remaja menjadi pecandu game online. Berdasarkan hal tersebut, dibutuhkan kemampuan dari dalam diri individu tersebut untuk mengatur dan mengontrol perilaku mereka dalam bermain game online agar mencapai kreativitas remaja yang tinggi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh kontrol diri pada kreativitas pecandu game online. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Hasil analisis *product moment* didapatkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) dengan koefisien korelasi sebesar 0,637 yang menunjukkan keeratan hubungan yang tinggi. Penelitian ini mempunyai hubungan positif antara kontrol diri dengan kreativitas remaja pecandu game online. Subjek dengan intensitas kontrol diri yang tinggi, maka kecenderungan kreativitas remaja juga tinggi. Bagi subjek diharapkan dapat memanfaatkan bermain game online dengan bijak agar tercipta kreativitas yang tinggi.

Kata kunci: Kontrol Diri, Kreativitas Remaja, Game Online

PENDAHULUAN

Remaja saat ini sangat perlu diperhatikan dalam kehidupan sehari-hari yang mana adanya perkembangan teknologi sekarang, sehingga banyak kegiatan atau tujuan penggunaan internet sendiri. Mulai dari jejaringan sosial, *browsing*, *instant messaging*, mendapatkan berita terkini, jual beli, *vidio streaming*, bahkan untuk bermain *game online* (Indonesia, 2019).

Menurut Effendi, (2017) siswa-siswi yang sering memainkan suatu *game online*, akan menyebabkan ia ketagihan atau kecanduan. Kecanduan *game online* merupakan salah satu bentuk kecanduan yang disebabkan oleh teknologi internet atau biasa dikenal dengan *internet addictive disorder* (Angela, 2013). *World Health Organization* (2018) mendefinisikan kecanduan *game online* sebagai gangguan mental yang dimasukkan ke dalam *Internaltional Clasification of Diseases (ICD-11)*. Hal ini ditandai dengan gangguan kontrol atas *game* dengan meningkatkan perioritas yang diberikan pada *game* lebih dari kegiatan lain. Menurut Korean Creative Contents Agency, (2014) menunjukan bahwa kecanduan *game online* pada siswa sekolah dasar ada 14%, siswa sekolah menengah 22%, dan siswa SMA korea selatan bermain *game online* lebih dari 2 jam setiap hari 18% (Sukkyung, Euikyung & donguk, 2015).

Di Indonesia penggunaan *game online* sebanyak 35% dan 55% penggunaan *game online* adalah pada remaja pria (Viva.co.id, 2013). Kemudian kecanduan *game online* dapat dilihat dari penggunaan waktu selama rata-rata 20-25 jam dalam seminggu (Chou et.,al, 2017). Permainan ini dapat menimbulkan resiko baru bagi remaja, yakni resiko kecanduan *game online* dengan sifat *seductive* (menggairahkan), yaitu membuat individu merasa bergairah memainkannya sehingga menimbulkan perilaku adiksi. Dan rela selama berjam-jam di depan monitor ataupun gendgetnya. Apalagi

permainan pada *game online* dirancang untuk suatu *reinforcement* atau penguatan yang bersifat segera begitu permainan berhasil melampaui target tertentu. Sehingga *game online* membuat remaja semakin tertantang dan terus-menerus melakukannya serta mengakibatkan remaja tidak memiliki skala prioritas dalam menjalani aktivitas sehari-hari (Fitri, Erwinda and Ifdil, 2018).

Saat ini, *game online* seperti *Mobile Legend (ML)*, *Clash of Clans (CoC)*, dan *Player Unknown's Battle Ground (PUBG)* merupakan salah satu kegiatan rekreasi yang paling luas terlepas dari budaya, usia, dan jenis kelamin (Novrialdy, 2019). Sehingga banyak remaja sekarang yang kecanduan *game online* menjadi aktivitas yang paling adiktif di internet. Kecanduan *game online* adalah perilaku yang bersifat kronis dan kompulsif untuk memuaskan diri pada permainan yang dimainkan dengan koneksi internet hingga menimbulkan masalah dalam kehidupan sehari-hari. Jadi bagi para pecandu *game online* akan sulit untuk mengontrol atau mengendalikan dirinya dan berhenti atau setidaknya mengurangi waktu dan kuantitas bermain *game onlinennya* (Alfin Riza, 2016).

Di Indonesia sendiri *game online* ini banyak digemari oleh berbagai kalangan anak-anak, remaja maupun yang sudah dewasa. Menurut Komang Budi Aryasa, selaku manager Telkom di Jakarta, berdasarkan data statistik, sejak tahun 2010 jumlah orang yang bermain *game online* di Indonesia terus mengalami pertumbuhan, bahkan terus meningkat dibandingkan dengan negara-negara lain dengan kenaikan sebanyak 33% jumlah *gamer* setiap tahunnya. Sekitar 80% pemainnya berusia 15-25 tahun yang berasal dari lima kota besar yaitu, Jakarta, Depok, Yogyakarta, Surabaya, dan Medan.

Menurut Hidayat, A. S dalam Carana Nirmala & Sandi Kartasasmita, (2013),

Game online memberi dampak positif dan negatif. Dampak positif diantaranya dapat mengasah keterampilan, mengambil keputusan, memecahkan masalah, kreatifitas, kecepatan berfikir dan memelihara interaksi sosial. Dampak negatif terjadi jika terlalu larut dalam bermain *game* adalah menyebabkan efek ketagihan, pemborosan, mengganggu kesehatan dan dampak psikologis seperti tingkah laku agresif. Dan jika penggunaan *game online* melebihi batas waktu yang wajar dikarenakan tidak adanya sosok yang memonitor terhadap apa yang dilakukan individu tersebut selama mereka bermain *game online*, oleh karena itu dibutuhkan kemampuan dari dalam diri individu tersebut untuk mengatur dan mengontrol perilaku mereka dalam bermain *game online* (Budhi and Indrawati, 2016). Menurut Alfin Riza, (2016) Kontrol diri dapat diartikan sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku. Kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan benak perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif. Kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya.

Berkaitan dengan hal tersebut, peneliti melakukan wawancara kepada beberapa pemain *game online* seperti *Mobile*

Legend (ML), dimana hasil mendukung pernyataan diatas bahwa salah satu faktor yang menyebabkan seseorang menjadi kecanduan akan *game online* adalah ketidakmampuan mengontrol diri. Hasil wawancara pada subjek ke-1 berinisial (A) mengatakan “Setelah mengenal ML subjek lebih sering menghabiskan waktu untuk bermain *game* sampai mengganggu waktu tidur dan tidak melakukan kegiatan-kegiatan lainnya hanya bermain *game* disetiap waktu senggang”. Selanjutnya wawancara dengan subjek ke-2 berinisial (E) “Subjek kesulitan dalam mengarah dirinya dan membagi waktu. Sehingga beberapa kebiasaan yang dapat mengganggu kesehatan tidak teraturnya pola makan dan tidur larut malam”. Subjek selanjutnya yang ke-3 berinisial (P) “Subjek mengatakan bahwa sebelum dan setelah mengenal ML tidak terdapat perbedaan yang dirasakan dalam mengontrol dirinya sehingga tidak dapat membagi waktunya dengan baik mengganggu aktivitas yang lainnya”.

Dari hasil wawancara dari beberapa subjek yang dirasakan sebenarnya kerugian saat kecanduan *game online*, akan tetapi mereka sulit melepaskan diri dari kecanduan *game online* dan mengalami kesulitan untuk mengarahkan waktu dan energinya untuk kegiatan-kegiatan yang lebih positif dan menguntungkan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan menggunakan teknik *probability sampling*. Analisis jalur (path analysis), yaitu analisis yang menggunakan kolerasi dan regresi sehingga dapat diketahui untuk sampai pada variabel dependen terakhir harus melalui jalur langsung atau melalui variabel intervening (Sugiono, 2017). Metode pengumpulan data pada penelitian ini adalah menggunakan skala. Menurut Azwar, (2012) skala merupakan alat ukur psikologis berupa

pertanyaan yang disusun untuk mengungkapkan atribut tertentu melalui respon pertanyaan tersebut. Skala ini akan digunakan untuk mengukur kontrol diri dan kreativitas menggunakan skala model likert dengan empat alternatif jawaban.

Dalam penelitian ini menggunakan skala kontrol diri yang mana terdiri dari beberapa aspek dan indikator yaitu behavioral control (kemampuan mengontrol perilaku dan kemampuan mengontrol

stimulus), cognitive control (kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian dan kemampuan menafsirkan suatu peristiwa atau kejadian) dan decisional control (kemampuan mengambil keputusan). Dan skala kreativitas remaja terdiri dari 5 aspek yaitu Fluency (kelancaran), Flexibility (keluwesan), Originality (keaslian), Elaboration (keterperincian), Sensitivity (kepekaan).

Dalam penyebaran skala ini, penelitian menggunakan aplikasi google form agar memudahkan pengisiannya pada

remaja. Google formulir atau yang sering disebut dengan google form adalah alat atau aplikasi yang cocok digunakan untuk mahasiswa, guru, dosen, pegawai kantor bahkan dapat digunakan orang yang profesional yang senang dalam membuat quiz, form, dan survey online sehingga akan lebih efisien (Batubara, 2016). Yang dimana untuk memudahkan dalam mengisi semasa pandemi sekarang, mengingat untuk harus jaga jarak dan tidak berinteraksi langsung dengan responden dan mengikuti program pemerintah dengan daring.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengambilan data pada penelitian ini dilakukan pada bulan Agustus 2021 yang melibatkan 38 remaja pecandu game online. Penelitian ini dilakukan secara daring (*online*) dengan menggunakan *google form*. Untuk mendapatkan responden yang sesuai dengan kriteria subjek penelitian, maka peneliti menghubungkan langsung sebagian besar responden untuk meminta kesediaannya berpartisipasi dalam penelitian ini. Dikarenakan adanya pandemi covid-19, maka peneliti melakukan penyebaran dengan *online* dengan media penyebaran yang dilakukan penelitian untuk menghubungkan responden antara lain pesan singkat seperti *WhatsApp* dan mengunggah *link google form*.

Skala yang dibagikan menggunakan google form tersebut dan telah diisi oleh responden, selanjutnya akan dianalisis menggunakan analisis jalur untuk menguji hipotesa yang diajukan yaitu untuk menguji pengaruh secara langsung, dengan hipotesis “terdapat hubungan positif antara kreativitas remaja dengan control diri, dimana semakin tinggi pengaruh kontrol diri, semakin tinggi pula kreativitas pada remaja pecandu game online.” Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan didapatkan hasil seperti berikut:

Correlations

		Kontrol Diri	Kreativitas
Kontrol Diri	Pearson Correlation	1	.637**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	38	38
Kreativitas	Pearson Correlation	.637**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	38	38

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan hasil uji hipotesis pada tabel diatas menunjukkan nilai $p = 0,000 < 0,05$. Artinya kedua variabel yakni kontrol diri dan kreativitas remaja memiliki hubungan yang signifikan. Hasil uji Pearson Correlation Product Moment dengan menggunakan SPSS 23 for Windows, didapatkan nilai yang positif, oleh sebab itu kedua variabel mempengaruhi dalam derajat korelasi yang kuat karena nilainya berkisar diantara 0,61-0,80. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi kontrol

diri maka semakin tinggi pula kreativitas remaja dan begitu juga sebaliknya.

Penelitian ini dilakukan untuk membuktikan apakah kontrol diri memiliki hubungan yang signifikan dengan kreativitas remaja. Hipotesis yang dilakukan dalam penelitian ini adalah adanya hubungan yang positif Antara kontrol diri dengan kreativitas remaja. Pecandu game online.

Berdasarkan hasil uji linearitas menunjukkan adanya hubungan yang linier antar kedua variabel dengan nilai signifikansi (Deviation From Linarity) pada taraf 40,5%. Kemudian hasil uji korelasi pada uji hipotesis menunjukkan bahwa kedua variabel yaitu kontrol diri dan kreativitas remaja memiliki hubungan yang signifikan dengan nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa kontrol diri positif mempengaruhi kreativitas remaja pecandu game online.

Saat ini, game online seperti Mobile Legend (ML), Clash of Clans (CoC), dan Player Unknown's Battle Ground (PUBG) merupakan salah satu kegiatan rekreasi yang paling luas terlepas dari budaya, usia, dan jenis kelamin (Novrialdy, 2019). Sehingga banyak remaja sekarang yang kecanduan game online menjadi aktivitas yang paling adiktif di internet. Kecanduan game online adalah perilaku yang bersifat kronis dan kompulsif untuk memuaskan diri pada permainan yang dimainkan dengan koneksi

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil tersebut, peneliti membuat kesimpulan bahwa kontrol diri berkorelasi positif dengan kreativitas remaja pecandu game online. Hal ini berarti

internet hingga menimbulkan masalah dalam kehidupan sehari-hari. Jadi bagi para pecandu game online akan sulit untuk mengontrol atau mengendalikan dirinya dan berhenti atau setidaknya mengurangi waktu dan kuantitas bermain game onlinennya (Alfin Riza, 2016). Hal yang disebutkan diatas dapat mempengaruhi bagaimana remaja mengendalikan kontrol dirinya untuk kreativitas yang ia miliki.

Ketika seorang remaja pecandu game online sulit untuk berhenti bermain game online, maka akan mendorong remaja untuk menciptakan imajinasi di dalam dirinya. Dengan timbulnya imajinasi di dalam diri remaja, maka akan menciptakan suatu kreativitas pada remaja tersebut. Hal tersebut menandakan bahwa kreativitas remaja pecandu game online dipengaruhi oleh faktor internal dari remaja. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Saputra (2018) yang menjelaskan bahwa kreativitas seseorang dapat muncul dengan kebiasaan bermain game online.

Berdasarkan data penelitian game online sangat mempengaruhi kehidupan remaja terutama pada kontrol diri dan kreativitasnya. Hal tersebut dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti faktor internal dan faktor lingkungan hubungan yang positif dengan kreativitas remaja pecandu game online. Jika remaja memiliki kontrol diri yang tinggi maka ia akan memiliki kecenderungan kreativitas yang tinggi pula.

menunjukkan adanya hubungan yang positif antara keduanya, semakin tinggi kontrol diri maka semakin tinggi pula kreativitas pada remaja.

REFERENSI

- Astuti, M, P, (2019) 'Tingkat Kontrol Diri Remaja Terhadap Prilaku Negatif ', Yogyakarta, Universitas Sanata Dharma: Skripsi
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Edisi Kedua . Yogyakarta Pustaka Pelajar
- Batubara, H. H. (2016). Pengguna *Google Form* Sebagai Alat Penilaian Kinerja Dosen Diprodi PGMI UNISKA Muhammad Arsyad Al Banjari . *Al-Bidayah : Jurnal Pendidikan Dasar Islam*, 8(1) : 39-50
- Billieux, J. (2015) 'Problematic digital gaming behavior and its relation to the psychological , social and physical health of Finnish adolescents and young adults Problematic digital gaming behavior and its relation to the psychological , social and physical health of Finnis', (September). doi: 10.1556/2006.4.2015.040.
- Budhi, F. H. and Indrawati, E. S. (2016) 'Bermain Game Online pada Mahasiswa Pemain Game Online di Game Center X Semarang', *Jurnal Empati*, 5(3), pp. 478–481.
- Edrizal. (2018). Pengaruh kecanduan siswa terhadap game online (studi tentang kebiasaan siswa bermain game online) di Smp N 3 Teluk Kuantan . *volume 2 nomer 6*, 1001-1008.
- Fitri, E., Erwinda, L. and Ildil, I. (2018) 'Konsep Adiksi Game Online dan Dampaknya terhadap Masalah Mental Emosional Remaja serta Peran Bimbingan dan Konseling', *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 6(2), pp. 211–219. doi: 10.29210/127200.
- Hepy , H. K., & Nur , A. F. (2012). Hubungan antara self Efficacy dengan kreativitas pada siswa SMK. *Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya*, 52-58.
- Indonesia, A. P. J. I. (2019) 'Penetrasi & Profil Perilaku Pengguna Internet Indonesia 2018', *Apjii*, p. 51. Available at: www.apjii.or.id.
- Jannah, N., Mudjiran, M. and Nirwana, H. (2015) 'Hubungan Kecanduan Game dengan Motivasi Belajar Siswa dan Implikasinya Terhadap Bimbingan dan Konseling', *Konselor*, 4(4), p. 200. doi: 10.24036/02015446473-0-00.
- Jumansyah, R. (2017). Fenomena kecanduan game online pada mahasiswa UMBY. *Jurnal Universitas Mercu Buana Yogyakarta*.
- Kementerian Kesehatan RI.2014. Upaya Kesehatan Anak
- Lebho, M. A. *et al.* (2020) 'Perilaku Kecanduan Game Online Ditinjau dari Kesepian dan Kebutuhan Berafiliasi pada Remaja', *Journal of Health and Behavioral Science*, 2(3), pp. 202–212. doi: 10.35508/jhbs.v2i3.2232.
- Masya, H. and Candra, D. A. (2016) 'Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Gangguan Kecanduan Game Online pada Peserta Didik Kelas X di Madrasah Aliyah Al Furqon Prabumulih Tahun Pelajaran 2015/2016 Hardiyansyah Masya, Dian Adi Candra', 03(2), pp. 103–118.
- Majid, A. N. (2017). "Hubungan antara kontrol diri (self-control) prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa". Skripsi. FTIK. IAIN salatiga
- Novrialdy, E. (2019) 'Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya', *Buletin Psikologi*, 27(2), p. 148. doi: 10.22146/buletinpsikologi.47402.
- Saputra, P. (2019). kemampuan kontrol diri remaja pecandu *game mobile legends* di kelurahan kebun beler kota bengkulu.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta, CV
- Word Health Organization. (2018). *Gaming disorder*. Diakses 7 september 2019.